چگونگی انجام نماز شب

بجاآوردن نماز شب با آداب مخصوص چنین است:

وقتی انسان از خواب برمی خیزد برای خداوند سجده کند و خوب است در سجده و یا هنگام سر برداشتن از سجده بگوید:
اَلْحَمْدُلِلّهِ الَّذی اَحْیانی بَعْدَ ما اَماتَنی، وَ اِلَیْهِ النُّشُورُ، اَلْحَمْدُ لِلّهِ الَّذی رَدَّ عَلَیَّ رُوحی لاِحْمَدَهُ وَاَعْبُدَهُ.(1)
ستایش خاص خدایی است که مرا پس از آن که میراند زنده ام کرد و بسوی اوست رستاخیز ستایش خاص خدایی است که روحم را به من بازگرداند تا ستایش و پرستشش کنم.
و چون برخاست و ایستاد بگوید:
اَللّهُمَّ اَعِنّی عَلی هَوْلِ الْمُطَّلَعِ، وَ وَسِّعْ عَلَیَّ الْمَضْجَعَ، وَارْزُقْنی خَیْرَما قَبْلَ الْمَوْتِ، وَارْزُقْنی خَیْرَما بَعْدَ الْمَوْتِ.(2)
خدایا یاریم ده بر هراس روز قیامت و فراخ گردان بر من آرامگاه قبرم را و خیر و خوبی قبل از مرگ و پس از مرگ را روزی ما گردان.
وقتی که صدای خروس را شنید بگوید
سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ، رَبُّ الْمَلائِکَةِ وَالرُّوحِ سَبَقَتْ رَحْمَتُکَ غَضَبَکَ، لا اِلهَ اِلاّ اَنْتَ، عَمِلْتُ سُـوءً، وَظَلَمْتُ نَفْسی، فَاغْفِرْلی،اِنَّهُ لایَغْفِرُ الذُّنُوبَ اِلاّ اَنْتَ،فَتُبْ عَلَیَّ اِنَّکَ اَنْتَ التَّوّابُ الرَّحیمُ.(3)
بسیار منزه و بسیار پاکیزه است پروردگار فرشتگان و روح (جبرئیل) پیشی گرفته مهرت بر خشمت معبودی نیست جز تو بد کرده ام و به خویشتن ستم کرده ام پس بیامرز مرا که براستی نیامرزد گناهان را جز تو پس توبه ام بپذیر که همانا تویی توبه پذیر مهربان.
وقتی که به آسمان نگاه کند بگوید:
اَللّهُمَّ اِنَّهُ لایُواری مِنْکَ لَیْلٌ ساجٍ، وَلاسَماءٌ ذاتُ اَبْراجٍ، وَلا اَرْضٌ ذاتُ مِهادٍ، وَلاظُلُماتٌ بَعْضُها فَوْقَ بَعْضٍ، وَلابَحْرٌ لُجِّیٌّ،یُدْلِجُ بَیْنَ یَدَیِ الْمُدْلِجِ مِنْ خَلْقِکَ، تُدْلِجُ الرَّحْمَةَ عَلی مَنْ
خدایا براستی نپوشاند چیزی را از تو شب تار و نه آسمان برج دار و نه زمین گسترده و نه تاریکیهای متراکم روی هم و نه دریای پرآب بروی شبانه در پیش شبروان خلق خویش و در شب، رحمت خویش را
تَشاءُ مِنْ خَلْقِکَ، تَعْلَمُ خائِنَةَ الْأَعْیُنِ وَ ما تُخْفِی الصُّدُورُ، غارَتِ النُّجُومُ، وَنامَتِ الْعُیُونُ، وَ اَنْتَ الْحَیُّ الْقَیُّومُ، لا تَأْخُذُکَ سِنَةٌ وَلانَوْمٌ، سُبْحانَ اللّهِ رَبِّ الْعالَمینَ، وَ اِلهِ الْمُرْسَلینَ، وَالْحَمْدُلِلّهِ رَبِّ الْعالَمینَ.(4)
خواهی از خلق خود بدهی بدانی بهم خوردن دیدگان را و آنچه را در سینه هاست ستارگان فرو رفتند و دیدگان به خواب رفتند و تویی زنده پاینده که نگیردت چرت و خواب منزه است خدا پروردگار جهانیان و معبود رسولان و ستایش خاص خدا پروردگار جهانیان است
سپس این پنج آیه از سوره آل عمران را بخواند:
اِنَّ فی خَلْقِ السَّمواتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّیْلِ وَالنَّهارِ لَایاتٍ لِأُولِی الْأَلْبابِ * اَلَّذینَ یَذْکُرُونَ اللّهَ قِیاماً وَ قُعُوداً وَ عَلی جُنُوبِهِمْ وَ یَتَفَکَّرُونَ فی خَلْقِ السَّمواتِ وَالْأَرْضِ
براستی در خلقت آسمانها و زمین و اختلاف شب و روز نشانه هایی است برای صاحبان خرد آنان که یاد کنند خدا را ایستاده و نشسته و به پهلو خفته و بیندیشند در آفرینش آسمانها و زمین
رَبَّنا ما خَلَقْتَ هذا باطِلاً سُبْحانَکَ فَقِنا عَذابَ النّارِ * رَبَّنا اِنَّکَ مَنْ تُدْخِلِ النّارَ فَقَدْ اَخْزَیْتَهُ وَما لِلظّالِمینَ مِنْ اَنْصارٍ * رَبَّنا اِنَّنا سَمِعْنا مُنادِیاً یُنادی لِلْأیمانِ اَنْ امِنُوا بِرَبِّکُمْ فَآمَنّا رَبَّنا فَاغْفِرْ لَنا ذُنُوبَنا وَ کَفِّرْ
(و گویند) پروردگارا تو اینها را بیهوده نیافریده ای منزهی تو پس ما را از عذاب دوزخ نگهدار پروردگارا هر که را تو بدوزخ بری براستی که خوارش کرده ای و ستمکاران را یاوری نیست پروردگارا ما ندا زنی را شنیدیم که به ایمان ندا می زد (و می گفت) به پروردگارتان ایمان آورید ما نیز ایمان آوردیم پروردگارا گناهان ما را بیامرز و بدیهای ما را
عَنّا سَیِّئاتِنا وَ تَوَفَّنا مَعَ الْأَبْرارِ * رَبَّنا وَ آتِنا ما وَعَدْتَنا عَلی رُسُلِکَ وَلاتُخْزِنا یَوْمَ الْقِیمَةِ اِنَّکَ لاتُخْلِفُ الْمیعادَ.(5)
پوشیده دار و بمیران ما را با نیکان پروردگارا آنچه را که به ما وعده داده ای بوسیله فرستادگان خویش به ما بده و در روز قیامت رسوایمان مکن که تو خلف وعده نمی کنی
هنگامی که برای عبادت بر می خیزد اگر نیازی به تخلّی دارد نخست برای آن برود. بعد هم وضو بگیرد و قبل از وضو، مسواک کند و خود را خوشبو سازد، آنگاه برای نماز شب آماده شود. (6)

وقت نمازشب:

اوّل وقت نماز شب، از نیمه شب است و هرچه به طلوع صبح نزدیک تر شود، فضیلتش بیشتر است و اگر صبح طلوع کرده باشد و او چهار رکعت از نماز شب را به جای آورده باشد، بقیه را با حمد تنها، تمام کند.(7)

کیفیّت نماز شب:

نماز شب هشت رکعت است که در هر دو رکعتی سلام می دهد; در دو رکعت اوّل در هر رکعت سوره حمد و توحید (قل هو الله احد) را بخواند و یا آن که در رکعت اوّل سوره توحید را بخواند و در رکعت دوم «قل یا ایّها الکافرون» و در شش رکعت دیگر حمد و هر سوره که بخواهد مثل «قل هو الله احد» و نیز جایز است به خواندن حمد اکتفا کند.

همان گونه که در نمازهای واجب در رکعت دوم قنوت مستحب است در این نمازها نیز مستحب است و کافی است سه بار بگوید «سُبْحانَ اللّه» یا آن که بگوید:

اَللّهُمَّ اغْفِرْلَنا وَارْحَمْنا، وَ عافِنا وَاعْفُ عَنّا فِی الدُّنْیا وَ الْأخِرَةِ، اِنَّکَ عَلی کُلِّ شَیْءٍ قَدیرٌ یا رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ، وَتَجاوَزْ عَمّا تَعْلَمُ، اِنَّکَ اَنْتَ الْأَعَزُّ الْأَکْرَمُ

. بعد از هشت رکعت نماز شب، دو رکعت به نیّت نماز «شفع» و یک رکعت به نیّت نماز «وتر» بخوان. در این سه رکعت، بعد از حمد، سوره «قل هو اللّه» می خوانی که پاداش آن بمنزله ختم قرآن می باشد. چراکه سوره «توحید» به منزله ثُلث قرآن است.(9)

و یا آن که در رکعت اوّل نماز «شفع» حمد و «قل اعوذ بربّ النّاس» بخوان و در رکعت دوم، حمد و «قل اعوذ بربّ الفلق» و در رکعت سوم (نماز وتر) حمد و قل هو اللّه احد.(10)

در نماز «وتر» بعد از حمد و سوره، دست ها را برای قنوت بردار و هرچه می خواهی در قنوت دعا کن و حاجات دنیا و آخرت را از خدا بخواه.(11)

در روایتی آمده است که کسی از امام(علیه السلام) می پرسد: آیا در قنوت «وتر» لازم است که دعای خاصّی خوانده شود؟ چه بگوییم؟ فرمود: خیر (هرآنچه که به دلت افتاد و به ذهنت وارد شد می توانی بخوانی و درخواست کنی) ثنا و حمد خدا بجا آور و بر رسول مکرّم صلوات بفرست و برای گناهان بزرگت استغفار کن و بدان که هر گناهی بزرگ است.(12)

«شیخ طوسی» نیز در «مصباح المتهجّد» گفته است: در قنوت وتر هر دعایی که دوست داری بخوان و دعاهایی که در این قنوت می توان خواند، به قدری زیاد است که به شمارش در نمی آید.

همچنین می گوید: مستحب است انسان در قنوت از ترس خدا (یا عشق به او) گریه کند و یا حالت گریه به خود بگیرد، و برای برادران مؤمن دعا کند و خوب است نام چهل تن را در دعای خویش ببرد (کافی است که مثلاً بگوید: اللّهمّ اغفر لحسن اللّهم اغفر لمحمّد و...) چرا که اگر کسی برای چهل مؤمن دعا کند، دعایش مستجاب می شود. ان شاء الله.(13)

سزاوار است که هفتاد مرتبه بگوید: اَسْتَغْفِرُ اللّهَ رَبّی وَ اَتُوبُ اِلَیْهِ.(14) و برای این کار و همچنین شمردن چهل نفر از مؤمنان دست چپ را بلند می کند و استغفار را به دست راست با تسبیح می شمارد.(15)

از رسول اکرم(صلی الله علیه وآله) روایت شده است که آن حضرت در نماز وتر هفتاد مرتبه استغفار می کرد و هفت مرتبه می گفت:

هذا مَقامُ الْعائِذِ بِکَ مِنَ النّارِ(16) این جایگاه پناه برنده به توست از آتش دوزخ و همچنین از امام زین العابدین(علیه السلام) روایت شده است که در نماز وتر سیصد مرتبه می گفت: اَلْعَفْوَ، اَلْعَفْوَ، اَلْعَفْوَ...(17)

پس از آن بگوید: رَبِّ اغْفِرْلی وَارْحَمْنی،وَتُبْ عَلَیَّ اِنَّکَ اَنْتَ التَّوّابُ الرَّحیمُ.(18) پروردگارا مرا بیامرز و به من رحم کن و توبه ام بپذیر که براستی تویی توبه پذیر و مهربان.

بنابراین، دعا به چهل مؤمن (مرد یا زن) و هفتاد مرتبه استغفار و هفت مرتبه «هذا مقام العائذ بک من النار» و سیصد مرتبه «العفو» از مستحبات قنوت وتر است; ولی اگر هیچ کدام را هم نگوید به نماز او ضرر نمی رسد.

شایسته است که قنوت را طول بدهد و پس از آن به رکوع برود و هنگامی که سر از رکوع برداشت این دعا را بخواند که «شیخ طوسی» در «تهذیب» از امام موسی بن جعفر(علیه السلام) نقل کرده است:
هذا مَقامُ مَنْ حَسَناتُهُ نِعْمَةٌ مِنْکَ، وَ شُکْرُهُ ضَعیفٌ، وَ ذَنْبُهُ عَظیمٌ، وَ لَیْسَ لِذلِکَ اِلاّ رِفْقُکَ وَ رَحْمَتُکَ، فَاِنَّکَ قُلْتَ فی کِتابِکَ الْمُنْزَلِ عَلی نَبِیِّکَ الْمُرْسَلِ، صَلَّی اللّهُ عَلَیْهِ وَ آلِهِ: کانُوا قَلیلاً مِنَ اللَّیْلِ ما یَهْجَعُونَ وَبِالْأَسْحارِهُمْ یَسْتَغْفِرُونَ. طالَ هُجُوعی وَ قَلَّ قِیامی، وَ هذَا السَّحَرُ وَاَنَا اَسْتَغْفِرُکَ لِذُنُوبی، اِسْتِغْفارَ مَنْ لایَجِدُ لِنَفْسِهِ ضَرّاً وَلا نَفْعاً، وَلا مَوْتاً وَلا حَیاةً وَلا نُشُوراً.(19)
پس از آن به سجده می رود و نماز را تمام می کند، و پس از سلام تسبیح حضرت زهرا(علیها السلام) را می گوید و بعد از آن سه مرتبه بگوید: سُبْحانَ رَبِّیَ الْمَلِکِ الْقُدُّوسِ الْعَزیزِ الْحَکیمِ(20)
و پس از آن بگوید یا حَیُّ یا قَیُّومُ، یا بَرُّ یا رَحیمُ، یا غَنِیُّ یا کَریمُ، اُرْزُقْنی مِنَ التِّجارَةِ اَعْظَمَها فَضْلاً، وَ اَوْسَعَها رِزْقاً، وَخَیْرَها لی عاقِبَةً، فَاِنَّهُ لا خَیْرَ فیما لا عاقِبَةَ لَهُ.(21) اَلْحَمْدُ لِرَبِّ الصَّباحِ، اَلْحَمْدُ لِفالِقِ الْأِصْباحِ(22)
و بعد از آن سه مرتبه بگوید: سپس به سجده می رود (سجده شکر برای این توفیق عظیم) و پنج بار می گوید: سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ، رَبُّ الْمَلائِکَةِ وَالرُّوحِ. : می نشیند و آیة الکرسی را می خواند و برای بار دوم به سجده می روی و همان ذکر را پنج بار دیگر می خواند.(23) یادآوری: این دعاها را می توان از روی نوشته خواند، و بار دیگر تکرار می کنیم: شاخ و برگهای نماز شب بسیار خوب و سازنده است; ولی اگر کسی نتواند همه را بجا آورد، هرقدر چه می تواند; مهم انجام اصل نماز، یعنی هشت رکعت نماز شب، دو رکعت نماز شفع و یک رکعت نماز وتر; اگر کسانی نتوانند تمام یازده رکعت را بجا آورند، می توانند به سه رکعت نماز شفع و وتر اکتفا و از برکات آن بهره مند شود

هفتاد و پنج فایده و فضیلت با نماز شب

1. نماز شب، باعث نابودی گناهان در روز است.
2. نماز شب، سبب نور در قیامت است.
3. نماز شب، افتخار مؤمن در دنیا و آخرت است.
4. ثواب همه چیز در قرآن بیان شده به جز نماز شب، به خاطر زیادی ثواب آن.
5. نماز شب، خلوت با خداوند است.
6. نماز شب خوان در بهشت با اسبهای بالدار پرواز می کند.
7. بهشتیان به نماز شب خوان غبطه می خورند.
8. شریف ترین افراد امت پیامبر صلی الله علیه و آله نماز شب خوانان هستند.
9. شرافت هر فردی به قیام شبانه و شب زنده داری اوست.
10. خداوند به خاطر نماز شب خوانان، عذاب نازل نمی کند.
11. نُه صف از فرشتگان در پشت سر نماز شب خوان می ایستند
که به تعداد آنان خداوند به نماز شب خوان، مقام و درجه می دهد.
12. خداوند به نماز شب خوان، افتخار و مباهات می کند.
13. نماز شب موجب زوال وحشت قبر می شود.
14. نماز شب، نور در قبر است.
15. نماز شب، انیس و مونس در قبر است.
16. انسان با خواندن نماز شب جزو بهترین مردم می شود.
17. نماز شب موجب شادمانی مؤمن در دنیاست.
18. نماز شب، زینت آخرت است.
19. نماز شب، نسیم و رایحه ای است از خداوند به سوی مؤمن
20 نماز شب، موجب صحت و سلامتی بدن است.
21 . نماز شب، باعث رضایت پروردگار است.
22. نماز شب، سبب نزول رحمت خداوند است.
23. نماز شب، تمسک به اخلاق پیامبران و امامان است.
24. حضرت ابراهیم علیه السلام به خاطر نماز شب خواندن، خلیل خدا شد.
25. نماز شب، انسان را از انجام گناهان باز می دارد.
26. مغبون کسی است که نماز شب نخواند.
27. نماز شب، سبب نورانیت صورت می شود.
28. پیغمبر اکرم صلی الله علیه: دو رکعت نماز خواندن در دل شب برای من از دنیا و مافیها بهتر و دوست داشتنی تر است.
29. نماز شب، سیره مستمره پیامبران و امامان و صالحان است.
30. نماز شب، بوی خوشی در نماز شب خوان به وجود می آورد که همه از معاشرت با او خوششان می آید.
31. شبهای بلند، بهار مؤمن است برای نماز شب خواندن و تهجد.
32. نماز شب، باعث وفور نعمت و برکت است.
33. نماز شب، سبب رفع فقر و نادارى است.
34. نماز شب، اخلاق نماز شب خوان را نیکو می کند.
35. نماز شب، دین و قرض نماز شب خوان را ادا می کند.
36. نماز شب، غم و اندوه را برطرف می کند.
37. نماز شب، نور چشم را زیاد می کند.
38. از خانه هایی که در آنها نماز شب خوانده می شود، نوری به اهل آسمان متصاعد می شود.
39. دروغ می گوید کسی که ادعا دارد نماز شب می خواند اما فقیر و گرسنه و نادار است.
40. نماز شب، ضامن روزی نماز شب خوان در روز است.
41. طولانی بودن وقوف در حال نماز وتر، موجب کوتاهی توقف در قیامت است.
42. نماز شب، قبر نماز شب خوان را تبدیل به باغی از باغ ها و نخلستان های بهشت می کند.
43. پیامبر اکرم صلی الله به حضرت علی علیه السلام را مکررا سفارش به نماز شب می کردند.
44. کسی که برای نماز شب بلند شود و خانواده و بچه هایش را هم بلند کند و با هم
نماز شب بخوانند، همه آنان جزو ذاکران خداوند نوشته می شوند.
45. نماز شب، باعث داخل شدن به بهشت می شود.
46. خداوند از نور خودش به نماز شب خوان می پوشاند.
47. نماز شب، سبب دوستی ملائکه و انبیا است.
48. نماز شب، سبب ناراحتی شیطان است.
49. نماز شب، باعث ازدیاد ایمان است.
50. نماز شب، موجب قبولی اعمال است.
51. نماز شب، سبب برکت رزق و روزی است.
52. نماز شب، باعث معرفت و شناخت خداوند است.
53. نماز شب، اسلحه مؤمن است بر ضد دشمنان (رزمندگان با نماز شب، بر دشمنان تا
بن دندان مسلح، غالب و پیروز شدند)
54. نماز شب، شفیع نزد ملک الموت است.
55. نماز شب، سبب اجابت دعاست.
56. نماز شب، سبب راحتی جان کندن است.
57. نماز شب، چراغ و فرش قبر است.
58. نماز شب، جواب نکیر و منکر در قبر است.
59. نماز شب، سایه بالای سر انسان در قیامت است
60. نماز شب، تاجی است بر سر انسان در قیامت.
61. نماز شب، لباسی است بر بدن انسان در قیامت.
62. نماز شب، نوری است در جلو پای نماز شب خوان در قیامت.
63. نماز شب، ساتری است بین نماز شب خوان و سایر مردم در قیامت.
64. نماز شب، دلیل و حجت مؤمن است در پیشگاه پروردگارش.
65. نماز شب، باعث سنگینی میزان اعمال انسان است در قیامت.
66. نماز شب، سبب عبور از پل صراط است.
67. نماز شب، کلید درب های بهشت است.
68. نماز شب، باعث رهایی از آتش جهنّم است.
69. نماز شب، موجب طولانی شدن عمر است.
70. نماز شب، سبب گشایش و وسعت زندگی است.
71. به فرموده امام صادق علیه السلام : نماز شب خوان، جزو شیعیان ماست.
72. نماز شب، به انسان عزّت و آبرو می دهد (و قرب و منزلت او را نزد مردم بالا می برد.
73. بهترین قیام ها، قیام برای نماز شب است.
74. بهترین بیتوته ها و شب زنده داری ها، مشغول شدن به نماز
75. خداوند در بهشت بر نماز شب خوانان تجلّی می کند و پاداش آنها را خودش می دهد.